

FOLKE HELSE UKA 2017

15. – 24. SEPTEMBER



Hele uken

Meløy utstyrssentral

Meløy utstyrssentral gir deg **gratis** leie av utstyr i perioden. Her kan du bl.a. låne bæremeis, sykkelvogn, kajakk, turwok-panner, telt, stormkjøkken mm. (gjelder ikke bilstoler).

Meløy bibliotek

Daglig i åpningstiden har vi verksted «Blomsterhav». Hjelp oss spre et blomsterhav på biblioteket, for å gjøre alle som kommer innom ekstra glade! Vi stiller med fargeleggingsmateriale.

Kantina, Meløy rådhus

Gratis frukt/grønt til ansatte.

Kantina, Glomfjord industripark

Kantina har fokus på sunn mat og tilbyr rikholdig salatbar, grovt hjemmebakt brød, grove knekkebrød, oppskåret frukt og smoothie. Kantina er som vanlig åpen for alle.

Reipå skole

Alle klassene gjennomfører undervisning med fokus på sunn mat og lager et varm og sunt måltid i løpet av uka. Foreldrene i 1. klasse får boka «Førsteklasses mat».

Reipå barnehage

Reipå barnehage arrangerer uteuker hver høst, og har ellers faste utedager med henting på Tuven. Dersom noen ønsker å besøke oss på Tuven denne uka, ta kontakt med styrer i Reipå barnehage.

Ørnes tannklinikk

Tannklinikken besøker barnehager, Meløy videregående skole og Mosvoldtunet bofellesskap.



Foto: Trond Loge, Salten friluftsråd

Fredag 15. september

Kl. 17.00-20.00: Loppemarked.

Sted: Tidemannbrygga, Ørnes. **Arr.** KFUK-KFUM speidere.

Salg av kaffe og kaker. Auksjonsbord. Betaling med kontanter, kort eller Vipps. Alle er hjertelig velkommen.

Kl. 17.30: Turorientering for «ferskinger»

Oppmøte: parkeringsplass Fore, Reipå. **Arr.** Meløy orienteringsklubb

Bli med på en fellestur til Hornneset, hvor dere får prøvd ut turorientering under veiledning, i rolig tempo.

Turlengde ca. 1,5 time. Gratis.



Lørdag 16. september

Kl. 07.45: Tur til Tåkeheimen/Helgelandsbukken.

Oppmøte: kai, Holandsvika. **Arr.** Meløy turlag.

Guidet tur til Helgelandsbukken (1454 moh) med overnatting i Norges mest utilgjengelige turistforeningshytte (1078 moh). Krever påmelding. Kontakt: 93 43 96 63.



Kl. 10.00-17.00: Loppemarked.

Sted: Tidemannbrygga, Ørnes. **Arr.** KFUK-KFUM speidere.

Salg av kaffe og kaker. Auksjonsbord. Betaling med kontanter, kort eller Vipps.

Kl. 11.00-15.00: Diplomfest Sommerles.

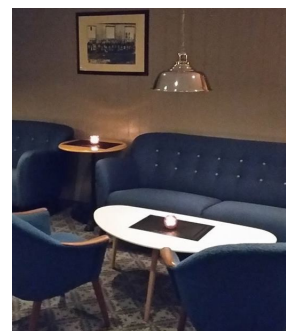
Sted: Meløy bibliotek. **Arr.** Meløy bibliotek.

Deltakerne i årets Sommerles får lesediplom, bokpremie og enkel servering.

Kl. 12.00-14.30: Lørdagskafé med sunne alternativer.

Sted: Frodos kafé og pub, Neverdal.

Vi markerer Folkehelseuka med fokus på sunne alternativer i kaféen.



Kl. 14.00-17.00: Åpent treningsstudio.

Sted: Meløy Sol og Trening, Neverdal.

Treningsstudioet inviterer folk til å komme innom og slå av en prat.

Det gis gratis prøvetime med veiledning, og det serveres frukt, kaffe og te.

Lørdag 16. september

75-års markering av Operasjon Muskedunder

Sted: Statkraft infosenter, Glomen og Glomfjord kraftverk, Fykan.

Arr. Glomfjord grendeutvalg, Meløy historielag, Nordlandsmuseet, Rallarbrakka og Meløy kommune, kulturkontoret.

Kl. 12.00: Start markering

Kransnedlegging v/bautaen og omvisning på Glomfjord kraftstasjon.

Parkering ved infosenteret og gratis buss fra infosenteret til kraftstasjon kl. 11.20 og 11.40.

Kl. 14.00: Foredrag infosenteret v/Nordlandsmuseet

Kl. 11.00-15.30: Åpent infosenter

Utstilling av gjenstander og bilder, foredrag og kafè.

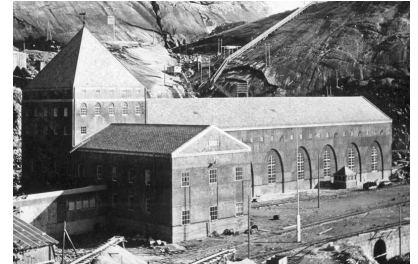
Kl. 15.30: Historisk aften

Oppmøte: Gondolen, Fykandalen.

Rallarbrakka, i samarbeid med Sverre Birkelund, byr på historien, en fantastisk fjelltapas, kaffe og kake. Turen går opp Fykantrappa.

Kun reserverte plasser kr 400.- pr stk, drikke kjøpes utenom.

Påmelding til mob. 45 12 80 00.



Søndag 17. september

Kl. 10-12: Peak Meløy 3-7 toppstur.

Oppmøte: Øysund gård, Øra. **Arr.** Reipå IL og Meløy kommune, kulturkontoret.

- Familievennlig tur med mulighet for ekstra utfordring for de som ønsker det. I år stiller vi med 4 ulike løypetraseer slik at alle har mulighet for å delta.
- Registrering: Øysund gård mellom kl. 10-12 samme dag.
- Voksne kr. 100, barn kr. 50 og familie kr. 200.
- Salg av varm mat, frukt, vafler, kaffe og drikke.
- T-skjorte til alle, det trekkes premier blant deltakerne.
- Mer info: www.meloy.kommune.no/peakmeloy



Kl. 16.00: Redningsbasar.

Sted: Åmøy grendehus. **Arr.** Midnattsol redningsforening.

Loddsalg, åresalg, kaffe og kaker.

Kl. 18.00: Operasjon Muskedunder - konsert.

Sted: Meløy kulturhus. **Arr.** Bodø Harmonimusikk og Glomfjord Hornmusikkforening

Bodø Harmonimusikk og Glomfjord Hornmusikkforening avslutter et seminar med konsert tilegnet Operasjon Muskedunder.

Bill.: voksne kr. 100, barn u/16 år kr. 50, korpsbarn gratis

Mandag 18. september

Kl. 11.00: Gågruppe.

Sted: Halså. Arr. Meløy frisklivsentrå.

Oppmøte ved Joker. Savner du noen å gå sammen med, eller har du lyst til å bli kjent med noen nye? Bli med på en frisk gåtur sammen med andre!

Kl. 18.00: Åpning av utstillingen «Ære være fossen».

Sted: Meløy kulturhus. Arr. Meløy kommune, kulturkontoret.

Det er viktig å ta vare på historiene som forteller oss hvem vi er og hvor vi kommer fra. Kulturkontoret åpner en utstilling med historiske bilder fra Glomfjord og kraftutbyggingen i perioden 1890-1930.



Bildene er samlet inn i samarbeid med Meløy historielag, Statkraft og Nordlandsmuseet. Utstillingen vil bli hengende permanent i kantina i Meløy kulturhus.

På åpningsdagen vil publikum få bli kjent med noen av historiene fra den tiden. Lett servering. Velkommen!

Kl. 18.00: Gågruppe.

Sted: Ørnes. Arr. Meløy frisklivsentrå.

Oppmøte ved Meløy bibliotek Savner du noen å gå sammen med, eller har du lyst til å bli kjent med noen nye? Bli med på en frisk gåtur sammen med andre!

Kl. 18.00: Kveldsmatkonsert.

Sted: gymsal, Glomfjord skole. Arr. Glomfjord skolekorps.

Konsert med servering av kveldsmat.

Voksne kr. 100. Barn gratis.

Alle er hjertelig velkommen!



Kl. 19.30-20.30: Sirkeltrening.

Sted: Halså skole. Arr. Meløy frisklivssentrå.

Variert trening for styrke og kondisjon.

Åpent for alle. Kom innom for en gratis prøvetime.

Tirsdag 19. september

Kl. 14.00: Fortellerstund.

Sted: Meløy bibliotek. **Arr.** Meløy bibliotek.

Glenn forteller fra boken «Myggsprayen». Tegn den ekleste myggsprayblandingen. Passer fra 5 år.

Kl. 16.30-20.30: Gratis folkebad.

Sted: Meløy fritidsbad. **Arr.** Meløy kommune.

Gratis inngang i Meløy fritidsbad for store og små. Velkommen.



Kl. 17.30: Felles tur til Mosvoldskardet.

Oppmøte: Åsmoen, Mosvoldalen. **Arr.** Fagforbundet avd. Meløy.

Bli med medlemmene i Fagforbundet på tur til Knutbu i Mosvoldskardet. Folkehelserådgiver orienter om helsefremmende arbeid i Meløy, og det blir noe sunt å bite i.

Kl. 18.30: Ungdomskafé.

Sted: Pytons lokaler, Meløy kulturhus. **Arr.** Kirkene i Meløy.

Ungdomskaféen i Glomfjord starter opp igjen etter ferien og har fokus på sunn mat i kaféen.



Kl. 19.30-22.00: Åpen dør MeSDameS.

Sted: Menighetssalen, Glomfjord kirke. **Arr.** MeSDameS.

Damekoret har åpen korøvelse og ønsker alle hjertelig velkommen til ei trivelig stund fylt av latter og sang.

Kl. 20.00: «2 for 1» på filmen American Made.

Sted: Glomfjord kino. **Arr.** Glomfjord kino og Meløy kommune.

To billetter til prisen av én. Thriller med Tom Cruise basert på en utrolig historie fra virkeligheten. Aldersgrense: 9 år.



Tirsdag 19. september

Skulpturen «Varde» 25 år

«En paviljong i murstein rød, i stil med naturens varme glød»

- Bjørg Kildal, 1992

«Varde» var den 4. skulpturen som ble åpnet i Skulpturlandskap Nordland, og har bursdag 19. september. Kunstner Per Kirkeby refererer til verket som en paviljong, en bygning ment til å gi tid og ro for refleksjon. Skulpturen står blant bratte og steile fjellsider som forsvinner i fjorden i dalen nedenfor. Dimensjonene er grandiose, knapt fattbare.

Fra 19. september og ut uken kan du sende din gratulasjon til «Varde» via kommunens facebookside. Del gjerne dine bilder fra besøk på facebook og instagram #vardemeløy. Vi trekker en vinner blant innkomne bidrag.

Om «Varde» og avisutklipp fra byggeperioden finner du på www.meloy.kommune.no/varde.

I oktober gjennomføres et prosjekt om «Varde» i Den kulturelle skolesekken og i den forbindelse vil vi ha en bursdagsfeiring.



Skulpturen Varde , foto: Ernst Furuhatt,, Nordland fylkeskommune

Onsdag 20. september

Kl. 10.00-15.00: Seniorsurf.

Sted: Meløy bibliotek.

Arr. Meløy bibliotek og Meløy frivilligsentral.

Tilbud til de som ønsker opplæring i bruk av datamaskin, iPad, smarttelefon, ebøker mm.

Krever påmelding.

Ta kontakt med biblioteket for å få tildelt time.



Kl. 10.30-11.30: Aktiviteter på torget.

Sted: Glomfjord torg. **Arr.** Meløy kommune.

Rebusløp og ulike aktiviteter i regi av voksenopplæringen og flyktningetjenesten. Etter aktivitetene deltar de som ønsker det i opptoget «Tur på hjul». Alle er hjertelig velkommen.

Kl. 11.30: «Tur på hjul».

Oppmøte: Glomfjord bo- og servicesenter.

Arr. Meløy kommune og Meløy videregående skole.

Opptog langs deler av den nye Sentrumsrunden i Glomfjord sammen med beboerne ved bo- og servicesenteret, voksenopplæringen og barnehagen. Kle deg gjerne ut med hatt, parykk etc.

Offisiell åpning av Sentrumsrunden v/Berit Braseth.

Salg av vafler og kaffe etter turen.

Alle er hjertelig velkommen.



Kl. 17.30: Korpsøvelse på sykehjemmet.

Sted: Hovedinngangen, Ørnes sykehjem.

Arr. Neverdal skolekorps.

Neverdal skolekorps spiller for beboerne på sykehjemmet. Arrangementet er utendørs og åpent for alle.



Kl. 20.00-21.00: Sirkeltrening.

Sted: Ørneshallen. **Arr.** Meløy frisklivssentral.

Variert trening for styrke og kondisjon. Åpent for alle.

Kom innom for en gratis prøvetime.

Torsdag 21. september

Psykologisk førstehjelp.

Sted: Meløy videregående skole avd. Ørnes.

Arr. Meløy videregående skole og Meløy kommune.

Elevene ved vg1 får informasjon om selvhjelpsverktøyet Psykologisk førstehjelp av helsesøster Gerd Anne Jørgensen.

Kl. 10.00: Bli med barnehagen på tur.

Oppmøte: Neverdal barnehage. **Arr.** Neverdal barnehage.

Tur til barnehagens turkasse. Ta med mat og drikke.

Alle er velkommen.



Kl. 10.00: Bli med skolen på tur.

Oppmøte: parkeringsplassen, Halså skole. **Arr.** Halså skole.

Skolen (1-4. trinn) inviterer bygda med på tur til Tjellbærskogen.

Her vil det bli fokus på uteliv og sunn bålmat.

Kl. 10.30: Seniortrim.

Sted: Ørneshallen. **Arr.** Meløy frisklivssentral.

Enkel og variert trim som passer for alle. Kom og prøv!

Kl. 11.00: Gågruppe.

Sted: Halså. **Arr.** Meløy frisklivssentral.

Oppmøte ved Joker. Bli med på en frisk gåtur sammen med andre!

Kl. 13.00-15.00: Pensjonistkafé.

Sted: Råkk Huset, Ågskardet.

Kaffe, kaker, mat og quiz med premier.

Kl. 14.00: Fortellerstund.

Sted: Meløy bibliotek. **Arr.** Meløy bibliotek.

Glenn forteller fra boken «Rebusløpet». Etter lesningen får du ta et rebusløp gjennom biblioteket. Passer fra 5 år.

Kl. 20.00: Åpning av utstilling «Filmplakater Meløy».

Sted: Meløy kulturhus. **Arr.** Glomfjord kino og Meløy kommune.

Vi hyller 50-tallet og inviterer til åpning av utstilling og gratis kino med 50 talls-film, popcorn og salg av eventyrbrus.



Fredag 22. september

Psykologisk førstehjelp.

Sted: Meløy videregående skole avd. Glomfjord.

Arr. Meløy videregående skole og Meløy kommune.

Elevene ved vg1 får informasjon om selvhjelpsverktøyet Psykologisk førstehjelp av helsesøster Gerd Anne Jørgensen.

Kl. 11.00: Fortellerstund.

Sted: Meløy bibliotek. **Arr. Meløy bibliotek**

Glenn forteller fra boken «Da lille Larsens hus blåste bort». Passer fra 3 år.

Kl. 11.00: Livsglede på Ørnes sykehjem.

Fjøshaugen barnehage er en livsgledebarnehage.

De besøker jevnlig beboerne på Ørnes sykehjem og gjør også et besøk i Folkehelseuka. NB! Arrangementet er flyttet til onsdag 20. september.



Kl. 14.00-16.00: Stand - info om helsefremmende arbeid.

Sted: Ørnes sentrum II. **Arr. Meløy kommune.**

Helsesøstertjenesten, forebyggende team, og rusteamet informerer om sitt arbeid og deler ut diverse informasjon.

Kl. 19.00-20.00: Skumringsvandring.

Oppmøte: ØIL's idrettsbrakke, Mosvoldalen.

Arr. Meløy kommune.

Vi ønsker høsten velkommen med en felles skumringsvandring i Mosvoldalen.

Start turen i tidsrommet mellom kl. 19-19.30.

Langs løypa blir det lyslykter laget av unger i barnehagene, opplevelser og salg av mat og drikke.

Turen er 1 km og passer godt for barnefamilier.



Kl. 19.00: Bokpresentasjon.

Sted: Meløy bibliotek. **Arr. Meløy bibliotek**

Hermann Mentzoni presenterer boken «Mitt liv og tjeneste i de 7 menigheter». Gratis inngang.



Lørdag 23. september

Kl. 11.00-15.00: Lørdagskafé med sunne alternativer.

Sted: Råkk kafé, Råkk Huset, Ågskardet.

Vi markerer Folkehelseuka med ekstra fokus på sunne alternativer i kaféen.



Kl. 12.00-15.00: Familiedag med orientering.

Sted: Tuven, Reipå. Arr. Meløy orienteringsklubb.

Familiedag på Tuven med mange spennende aktiviteter: knøtteløype, turorientering, geocaching og orienteringsløp med luftgeværskyting.

Vi lager bål og spanderer kaffe. Bortsett fra orienteringsløpet er alt gratis.

Gratis løpsavgift for medlemmer, kr. 50 for ikke-medlemmer. Løpsstart kl. 13.

Kl. 13.00-17.00: Seminar «Tro - helsefremmende og forebyggende?».

Sted: Sion Pinsekirke, Neverdal. Arr. Sion Pinsekirke.

Lars og Ann Mari Lindquist fra Arkens helbredelsessenter foreleser. Servering.

Mulighet for forbønn. For nærmere info, kontakt pastor Mona Remman tlf. 97 87 74 39.

Kl. 13.00-18.00: Sunt fokus ved Svartisen.

Sted: Svartisen. Arr. Meløy BedriftsService.

Ta fjelltrimposten ved breen og stikk innom Brestua og fyll på med sunn mat, smoothie og frukt.

Kl. 18.00-19.30: Vorspiel konsert.

Sted: Meløy kulturhus. Arr. Bodø Janitsjar.

Bodø Janitsjar ønsker velkommen til konsert med sangsolister og band. Her får vi høre musikk fra the Commitments, Frank Sinatra, Sting, Phil Collins og Peter Gabriel. Med gjestesolister Jøran Breivik, Stein Ivar Hestdal, Kjell Andreassen, Anita Orø, Eva-Elisabeth Berg Larsgård.

Dirigent er Odd-Arne Brasetvik.

Vel møtt til en lett og variert konsert.

Bill: voksne kr. 280, barn kr. 100.



Lørdag 23. september

Kl. 20.00: Flir deg i form.

Sted: Kulturfabrikken Meløy, Ørnes

Arr. Kulturfabrikken, Ørnesrevyen, Nordland Teater og Meløy kommune.

En helaften med humor der vi får møte Ørnesrevyen Ung i første del, deretter Nordland teater med forestilling «Møljekalas og andre betraktninger». Her tar Stein Elvestad publikum med inn i Asbjørn Dybwads univers, og serverer blant annet møljekalas, kjærlighetsbrev og kurs i kjøsseteknikk.



Deretter blir det revypub med Tjongsfjordrevyen, Ørnesrevyen, Halsarevyen og Meløyrevyen på scenen. Kanskje dukker det også opp noen overraskelser!

Bill.: kr. 250, ungdom under 18 år deltar gratis på forestillingen til Ørnesrevyen Ung.



Tjongsfjordrevyen, foto: Tor Ivar Viken, Trønder-Avisa.

18 års grense når revypuben åpner.

Søndag 24. september

Kl. 12.00-15.00: Åpen gård - Myrvoll kulturgård.

Sted: Kilvik, Holandsfjorden. **Arr.** Myrvoll kulturgård.

Besøk det lille småbruket under en mektig iskant. Bygningene og hagen er varsom satt i stand for å bringe deg tilbake 100 år i tid. Gratis inngang. Salg av grønnsakssuppe, kaffe og vafler.

Kl. 13.00-18.00: Sunt fokus ved Svartisen.

Sted: Svartisen. **Arr.** Meløy BedriftsService.

Ta fjelltrimposten ved breen og stikk innom Brestua og fyll på med sunn mat, smoothie og frukt.



Onsdag 27. september

Dette er et arrangement som vi ikke fikk til før uka etter Folkehelseuka.

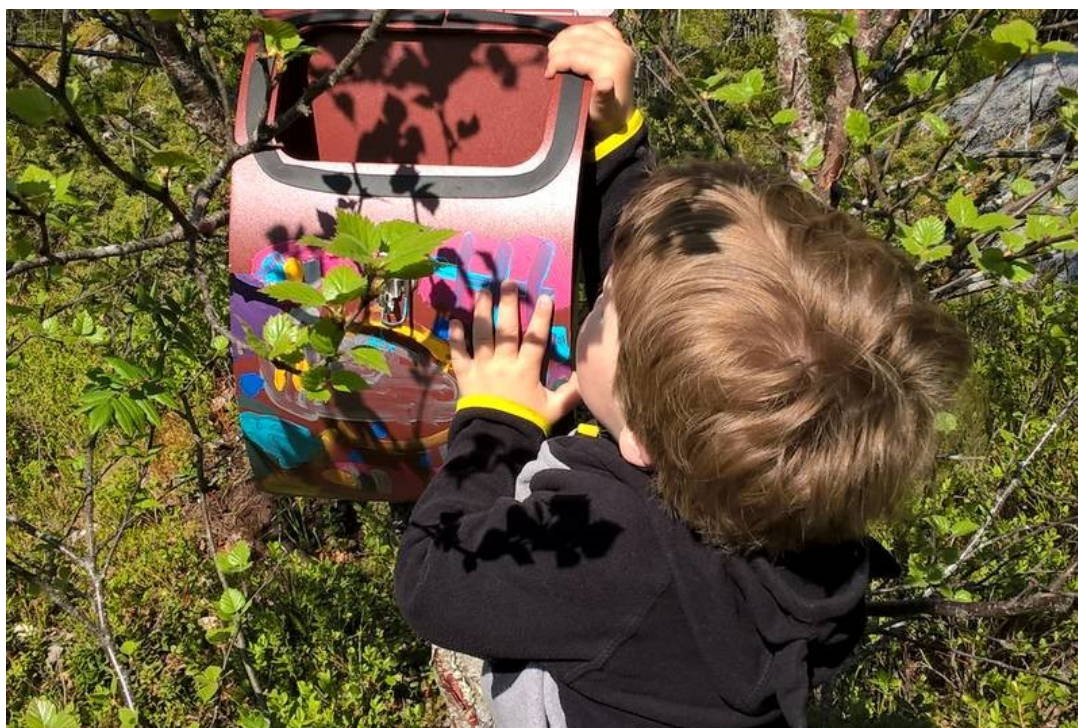
Kl. 17.30-21.30: Kurs i paraidrett

Sted: Ørneshallen. Arr. Nordland idrettskrets

Hvordan bli bedre på å legge til rette for aktiviteter for mennesker med ulike funksjonsnedsettelse?

For trenere, instruktører og aktivitetsledere. Gratis kurs.

Påmelding [her](https://response.questback.com/isa/qbv.dll/ShowQuest?QuestID=5006941&sid=A6gQKvMF72) (eller via nettside: <https://response.questback.com/isa/qbv.dll/ShowQuest?QuestID=5006941&sid=A6gQKvMF72>).



I Meløy er det mange turkasser til glede for store og små, foto: Anita Breivik.

For mer informasjon:

www.meloy.kommune.no/folkehelseuka

Kontaktinformasjon:

Folkehelserådgiver Marlene Blomstereng Karlsen
marlene.blomstereng.karlsen@meloy.kommune.no
telefon 75 71 07 98 mobil 99 52 66 07

Med forbehold om endringer i programmet.

